

Radtourenprogramm

Sternfahrt, Fahrrad-Flohmärkte, Seminare ...

Die TourenleiterInnen des ADFC Hamburg laden zu erhol-samen, spannenden und überraschenden Radtouren ein. Außerdem finden Sie weitere Termine des Vereins in diesem Heft.



In Kooperation mit der



Hinweise zu unseren Touren

Das gemeinsame Erleben der Natur, Kultur und der Spaß am Radfahren stehen bei unseren geführten Touren im Vordergrund. Ihr Rad muss für die ausgewählte Tour geeignet sein und der Straßenverkehrs-Zulassungs-Ordnung entsprechen. Sie benötigen ausreichend Getränke, Verpflegung, Kleingeld sowie Regenbekleidung und Flickzeug.

Eine Anmeldung ist für ADFC-Radtouren in der Regel nicht notwendig. Kommen Sie bitte pünktlich zum Startpunkt. Bei extremen Wetterverhältnissen kann eine Tour auch einmal ausfallen.

Die Touren sind nach der Durchschnittsgeschwindigkeit (Ø) klassifiziert, d. h. Streckenlänge geteilt durch Fahrzeit abzüglich Pausenzeiten. Das Fahrtempo kann also auch darüber liegen.

- * Gemütliche Touren orientieren sich nach Möglichkeit an den Langsamsten: i.d.R. Ø 13 bis 16 km/h.
- ** Flotte Touren eignen sich für geübtere Radler: Ø 16 bis 19 km/h.
- *** Schnelle Touren sind geeignet für regelmäßige Radler mit guter Kondition: Ø 19 bis 22 km/h.
- **** Fast sportliche Touren setzen eine sehr gute Kondition voraus: Ø 22 bis 25 km/h.
- ***** Sportliche Touren richten sich an die Durchtrainierten: Ø über 25 km/h.

Beachten Sie die Streckenlänge sowie Hinweise wie »hügelig« oder »Mountainbike-Tour«.

Teilnahmebeitrag ADFC-Mitglieder oder AOK-Versicherte: 2 €/Person; 3 €/Familie. Nichtmitglieder: 8 €/Person bzw. 12 €/Familie. Für Feierabendtouren gilt der halbe Beitrag. Eintrittsgelder und Fahrkarten sind nicht im Preis enthalten.

Es gelten die Vorschriften der StVO. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und Rechnung. Weder der ADFC noch die TourenleiterInnen haften für Schäden, Unfälle oder dergleichen. Die Teilnahme Minderjähriger unter 14 Jahren ist nur in Begleitung eines Erziehungsberechtigten möglich. Minderjährige über 14 Jahren benötigen für Touren, die besondere Gefahren beinhalten, das schriftliche Einverständnis eines Erziehungsberechtigten. Befolgen Sie immer die Anweisungen der TourenleiterInnen.

Infos: hamburg.adfc.de -> Freizeit -> Radtouren

März

ADFC Radreise-Messe

So., 04. März, 11-18 Uhr, CCH

Im CCH informieren auf 4.500 qm Reiseveranstalter, Tourismusregionen, Fahrradhändler und -hersteller über Urlaub auf dem Rad. www.radreise-messe.de

Am Baggerteich Neuland entlang

** So., 11. März, 55 km, Start: 12:00 Uhr, S-Harburg (Ausgang Neuländer Platz), Ltg.: Hans-Jürgen Heinatz An der Seeve, dem »See im Großen Moor« und am Junkernfeldsee entlang geht es über Stelle, Over und Meckelfeld zum Baggerteich Neuland. Danach fahren wir weiter zur Bunthäuser Spitze, an der Wilhelmsburger Dove Elbe entlang. Die Tour endet gegen 16:30 Uhr am S-Bhf. Veddel. Kurze Abschnitte unbefestigter Wege.

Jahresanfangstour

*** So., 18. März, 40 km, Start: 12:00 Uhr, S-Rothenburgsort, Ltg.: Morten Himmel Eine kurze flotte Tour mit Besichtigung des Rieckhauses. Das Freilichtmuseum stellt das Zusammenleben von Mensch und Tier anschaulich dar und gewährt Einblicke in die bäuerliche Kultur der Vierlande. Rückkehr ca. 15 Uhr. Extrakosten Eintritt Museum ca. 3 EUR p.P.

Kleine Runde nach Bad Oldesloe

** Sa., 24. März, 50 km, Start: 10:00 Uhr, U-Ohlstedt, Ltg.: Georg Stoll, Nina Knauerhase Die Tour führt durch den Duvenstedter Brook über Schloss Jersbek nach Bad Oldesloe. Nach einer Pause fahren wir über Sülfeld und Viertbruch zurück zum Ausgangspunkt (ca. 17 Uhr). Einkehr in Bad Oldesloe möglich.

Hamburger Radrunde, Etappe 1

** Sa., 24. März, 44 km, Start: 10:30 Uhr, S-Wedel (Vorplatz), Ltg.: Reimer Mohr Erste Etappe der Hamburger Radrunde: An die Elbe, über Haseldorf, Uetersen, Tornesch nach Pinneberg (ca. 17 Uhr). Straßen, Sand- und Feldwege. Pausen, Einkehr geplant.

Fishtown Around

* So., 25. März, 30 km, Start: 12:00 Uhr, Fähranleger Finkenwerder, Ltg.: Bernd Everding Nachdem wir den Winter endlich hinter uns gelassen haben, fahren wir eine Runde in und um Finkenwerder. Vielleicht können wir dabei den einen oder anderen Airbus sehen oder wir schauen mal, was die neue Umgehungsstraße so macht. Rückkehr gegen 15 Uhr. Teilweise matschige Sand- und Wiesenwege.

Einmal über die Elbe bis Bullenhäusern

*** So., 25. März, 40 km, Start: 12:00 Uhr, Hühnerposten / Altmannbrücke, Ltg.: Manfred Meyer Wir fahren durch den Freihafen und die Veddel über die historische Alte Harburger Elbbrücke bis Bullenhäusern. Über die Autobahnbrücke Moorwerder (A1) und die Bunthäuser Spitze kehren wir gegen 15 Uhr zum Ausgangspunkt zurück. Asphaltstrecke. Nur bei trockener Witterung!

Renntour durch die Vierlande

***** Fr., 30. März, 35 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Rainer Marien Saisonauftakt. Rückkehr ca. 20:30 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht.

Kleine Hafenradfahrt

* Sa., 31. März, 35 km, Start: 11:45 Uhr, S-Neuwiedenthal (Ausgang Rehrstiege), Ltg.: Wolfgang Heckelmann Fahrt in die westlichen Hafengebiete: Zum Kraftwerk Moorburg im Bau, nach Altenwerder zum Containerterminal und zur übrig gebliebenen Kirche, sowie zu den Containerhäfen in Waltershof. Einige Pausen mit Erläuterung des Hafens. Ende am Fähranleger Finkenwerder gegen 16:30 Uhr. Ggf. Extrakosten für die Fähre nach St. Pauli (HVV).

April

Experiment Nr. 1/2012, der Weg ist das Ziel

** So., 01. April, 70 km, Start: 10:30 Uhr, S-Hammerbrook (StadtRAD-Station 2651), Ltg.: Edmund Fahrenbrück Wir erkunden eine nur theoretisch geplante Tour. Es geht nördlich der Elbe durch die Vier- und Marschlande bis Geesthacht und zurück südlich der Elbe bis zum Bhf. Harburg (ca. 18 Uhr). Ziel ist es, eine neue Tour für die GPS-Seite des ADFC zu entwickeln. Wechselnder Fahrbahnbelag, keine Einkehr geplant, nicht bei Eis und Schnee.

Wilde Bille

***** So., 01. April, 40 km bis 70 km, Start: 10:30 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Peter Körner Möglichst wenig Asphalt, viele Steigungen zwischen Bergedorf, Reinbek und Aumühle. Como siempre. Zurück am Ausgangspunkt gegen 17 Uhr. MTB-Tour - geländetaugliche Räder empfohlen.

Ostrunde

***** So., 01. April, 85 km, Start: 10:00 Uhr, S-Rothenburgsort, Ltg.: Morten Himmel Durch die Vier- und Marschlande fahren wir uns warm, um bei Escheburg den Geesthang zu erklimmen. Wellig geht es weiter durch den Sachsenwald, von wo wir im Bogen nach Hamburg (Burgstraße) zurückkehren (ca. 13:30 Uhr). Renntour, Helm empfohlen.

Architektur-Natur-Tour I von Harvestehude nach Niendorf (und zurück)

* Mi., 04. April, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Anleger Alte Rabenstraße (StadtRAD-Station 2213), Ltg.: Jürgen Vieth Von den Villen des 19. Jahrhunderts an der Außenalster führt diese Radtour auf Radwegen entlang kleiner Gewässer durch Schrebergartenkolonien zum Niendorfer Gehege. Unterwegs mehrere Stoppes für Erklärungen, Entdeckungen von Barock bis Bauhaus im Grünen! Etwas schneller zurück über Bönningstedt und Hasloh (bis ca. 17 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

neu

Service

Das Radtourenprogramm bis Juni 2012 mit Suchfunktionen, als iCal-Abo oder PDF-Datei: <http://www.hamburg.adfc.de/termine/>

Radtouren benachbarter ADFC-Verbände: <http://www.hamburg.adfc.de/freizeit/radtouren/>



Rennradtour durch die Vierlande

***** Fr., 06. April, 50 km bis 65 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Peter Bresemann In »Reihe«, »Windkante« oder »Kreisel« durch die Vierlande zum Elbe-Hauptdeich und den Umständen angepasst über Fahrensdorf (Geesthang) oder direkt über Zollenspieker (jeweils mit kurzer Pause) zurück zum Ausgangspunkt (gegen 21:15 Uhr). Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht, nicht bei Regen.

Wir trainieren die Wade und fahren nach Stade

** Sa., 07. April, 80 km, Start: 10:00 Uhr, Fähranleger Finkenwerder, Ltg.: Bernd Everding Wir fahren über Buxtehude, Nottensdorf, Bliedersdorf, Horneburg und Agathenburg nach Stade (50 km). Nach einer Stärkung radeln wir dann an der Elbe zurück (ca. 18 Uhr). Teilweise matschige Sand-, Wiesen- und Waldwege, 200 m Kopfsteinpflaster.

Schloss Ahrensburg

** Mo., 09. April, 50 km, Start: 12:00 Uhr, U-Wandsbek Markt (Christuskirche), Ltg.: Andreas Arendt Auf dem Wandsewanderweg und durch das Naturschutzgebiet Höltingbaum (Pause) fahren wir zum Schloss (Besichtigung möglich) oder zur Einkehr. Zurück auf dem Radwanderweg über Stellau (Pause) nach Wandsbek (ca. 18 Uhr). Ggf. Extrakosten Schlossbesichtigung ca. 4 EUR.

Architektur-Natur-Tour II von Altona nach Rissen (und zurück)

* Mi., 11. April, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Altonaer Rathaus (Haupteingang), Ltg.: Jürgen Vieth Mit vielen Stopps und Erklärungen führt die Tour auf Nebenstraßen und durch Parks von Altona nach Rissen in den Sven-Simon-Park. Wir entdecken historisch interessante Bäume und Gebäude von Barock bis Bauhaus. Etwas schneller zurück auf dem Elberadweg (bis ca. 17:30 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Rennradtour durch die Vierlande

***** Fr., 13. April, 40 km bis 50 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Rainer Marien Zum Hauptdeich, hohes Tempo bis Zollenspieker, Pause und zurück zum Ausgangspunkt (ca. 20:30 Uhr). Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht.

ADFC-Fahrradflohmkt

Sa., 14. April 2012, 10 – 12 Uhr, Verkehrsübungsplatz Steilshoop, Gründgensstraße 22

Kaufen und Verkaufen können Sie Fahrräder, Zubehör oder Fahrradanhänger. Andere umweltfreundliche Verkehrsmittel sind ebenfalls willkommen.

Eine Anmeldung ist nicht nötig. Wir verlangen keine Standgebühren, daher ist der Flohmkt auch für VerkäuferInnen interessant, die nur wenige Teile oder ein einziges Fahrrad zu verkaufen haben.

Das Café JETZT bietet zu kleinem Preis Getränke, kleine Süßigkeiten und ein Eintopfgericht.

Hamburger Radrunde, Etappe 2

** Sa., 14. April, 37 km bis 54 km, Start: 10:40 Uhr, S-Pinneberg, Ltg.: Reimer Mohr Zweite Etappe der Hamburger Radrunde: Ab Pinneberg nordwärts nach Ellerhoop (Arboretum). Weiter nach Hemdingen, Langeln und ostwärts nach Henstedt-Ulzburg (AKN). Dann südwärts zur Alsterquelle und zur U-Norderstedt (ca. 18 Uhr). Straßen, Sand- und Feldwege. Pausen, Einkehr geplant.

Zum Winsler Berg

** Sa., 14. April, 65 km, Start: 12:00 Uhr, U-Norderstedt-Mitte (Ausgang Rathaus), Ltg.: Dietmar Palme Über Ulzburg und Kisdorf erreichen wir in nördlicher Richtung den ersten Pausenplatz an einem idyllisch gelegenen Teich im Wald am Winsler Berg. Über Kattendorf und Itzstedt geht es an den Grabauer See, wo wir unser Abendessen in Form einer frischen Räucherforelle einkaufen können. Über Fischbek, Tremsbüttel und Hammoor erreichen wir gegen 18 Uhr Großhansdorf, wo zur Belohnung ein Erdbeerbecher wartet (auf eigene Kosten!).

Durch die Hahnheide in den Sachsenwald

** So., 15. April, 65 km, Start: 11:15 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Rolf Marzock Wir radeln in einem großen Bogen durch den hügeligen Landkreis Stormarn. Überwiegend auf alten Bahntrassen, Feld- und Waldwegen durchqueren wir die Hahnheide und den Sachsenwald. Tourende ist in Aumühle gegen 17 Uhr. Steigungen, wechselnde Beläge. Selbstverpflegung.

Auf den Spuren der NS-Verbrechen vom Grindel nach Rahlstedt (und zurück)

* Mi., 18. April, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Edmund-Siemers-Allee (Uni-Hauptgebäude), Ltg.: Jürgen Vieth Vom Platz der jüdischen Deportierten führt der Weg - mit mehreren Stopps für Erklärungen - durch das Grindelviertel zu den Villen der ehem. NS-Gauleitung und SS-Führung an der Alster. Von dort auf Radwegen entlang Alster und Wandse zum ehem. Euthanasiestandort Friedrichsberg, zur ehem. Synagoge Wandsbek und zum ehem. KZ-Außenlager Drägerwerk. Etwas schneller zurück an Wandse und Alster (bis ca. 17 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Über Elbinseln von Billstedt nach Bergedorf

* Fr., 20. April, 50 km, Start: 12:00 Uhr, U-Steinfurther Allee, Ltg.: Rainer Torsch Die Tour führt über die Billerhuder Insel und die Billwerder Insel in die Vierlande. Entlang der Fleete von Allermöhe geht es zurück nach Bergedorf (ca. 18 Uhr). Einkehr.

Rennradtour durch die Vierlande

***** Fr., 20. April, 40 km bis 60 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Sönke Meyer Mit sehr sportlichem Tempo sausen wir auf Asphaltstraßen durch die Vierlande, entlang von Elbe, Dove oder Gose Elbe. Je nach Stimmung und Wetter ist die Tour kürzer oder länger. Kurze Pause am Zollen-

spieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht, nicht bei Regen.

Die große Altländer Kaffee-Tour

** Sa., 21. April, 58 km, Start: 12:00 Uhr, S-Neuwiedenthal (Ausgang Rehrstiege), Ltg.: Edmund Fahnenbruck Abseits der Hauptstraßen fahren wir durch die blühenden Landschaften zum Kaffeetrinken. Nach ausgiebiger Pause geht es zurück nach Neugraben (ca. 17:30 Uhr). Wechselnder Fahrbahnelag. Einkehr auf einem Obsthof. GPS-Track vorab über gps@hamburg.adfc.de erhältlich.

Fischsuppe im Brückenhaus am Schaalsee

***** Sa., 21. April, 170 km, Start: 09:15 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Addi Tiemann, Christian Scheider Die Antwort des ADFC-Hamburg auf den Radsport-Frühjahrsklassiker Paris – Roubaix. Natürlich auf abwechslungsreichen Untergründen einschließlich Schotter. Aber MTB sind nicht erforderlich. Ende ca. 20 Uhr am Berliner Tor.

Frühlings-Spazierfahrt an der Ilmenau

* So., 22. April, 45 km, Start: 11:00 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Birgit Butenschön Auf dem Marschbahndamm durchqueren wir die Vier- und Marschlande und erreichen die Elbe. Dann folgen wir der Ilmenau bis Lüneburg (Ankunft ca. 17 Uhr). Extrakosten Elbfähre, Einkehr möglich. Rückfahrt per Bahn in Eigenregie auf eigene Kosten (Metronom, HVV-Tarif).

Moore, Flüsse, Wälder

** So., 22. April, 55 km, Start: 10:15 Uhr, U-Schippelsweg, Ltg.: Stephan Schütt Rundtour: Von Niendorf am Flughafen vorbei zur Alster. Dieser folgen wir zum Wohldorfer Wald. Pause am NABU-Haus und zurück nach Niendorf-Nord (ca. 15:30 Uhr). Teilweise schlechte Wegstrecke.

Selbstbewusst und sicher Radfahren

* Di., 24. April, 12 km, Start: 17:00 Uhr, Kirchenallee / Lange Reihe (StadtRAD-Station 2542), Ltg.: Merja Spott Wenn man die Regeln kennt, die Gefahren abschätzen kann und sich ruhige Schleichwege sucht, macht das alltägliche Radfahren in der Großstadt mehr Spaß und ist sicherer. Dies erleben und erproben wir bei dieser Tour im Gebiet rund um die Außenalster. Die Tour endet wieder in St. Georg gegen 19 Uhr. Feierabendtour

Architektur-Natur-Tour III Vierlande

* Mi., 25. April, 45 km, Start: 11:00 Uhr, S-Rothenburgsort (auf dem Bahnsteig!), Ltg.: Jürgen Vieth Vom klassizistischen Wasserturm in Rothenburgsort bis zum Renaissanceschloss in Bergedorf oder umgekehrt (je nach Windrichtung) fahren wir auf verkehrsarmen Straßen und Radwegen entlang von Naturschutzgebieten und historischen Gebäuden durch die Vierlande. Ende in Bergedorf bzw. Rothenburgsort (ca. 18 Uhr). Nicht bei Dauerregen. Einkehr. Treffpunkt auf dem Bahnsteig. Ggf. Extrakosten HVV.

Durch die Marschlande zum Maler-museum

★ ★ Mi., 25. April, 33 km, Start: 13:30 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Gerd Nissen
Wir fahren auf dem Billwerder Billdeich mit seinen vielen Hufnerhäusern zum Maler- und Lackierermuseum in Billwerder. Nach dessen Besichtigung geht es weiter auf den Deichstraßen durch die Marschlande über Neuengamme zurück nach Bergedorf (gegen 18 Uhr). Wenig befahrene Straßen, Extrakosten Museumseintritt.

Ohlsdorfer Friedhof

★ Fr., 27. April, 14 km, Start: 18:30 Uhr, U-Habichtstraße, Ltg.: Birte Segger
Entlang der Seebek zum Ohlsdorfer Friedhof, den wir auf Nebenwegen erkunden. Pause im »Garten der Frauen« am Wasserturm. Zurück über Feuerbergstraße und City Nord zum Stadtpark (Saarlandstraße), wo die Tour gegen 20 Uhr endet. Feierabendtour, nicht bei Dauerregen!

Rennradtour durch die Vierlande

★ ★ ★ ★ Fr., 27. April, 40 km bis 60 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Frank Neumann
Je nach Windrichtung fahren wir am Deich entlang oder kreuz und quer durch die Vierlande. Kleine Pause am Zollenspieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht.

Grüne Schleichwege im Norden

★ Sa., 28. April, 32 km, Start: 14:00 Uhr, U-Habichtstraße, Ltg.: Birte Segger
Es geht durch Kleingärten, an der Seebek, Susebek und dem Bornbach entlang. Ziel ist die Krugkoppelbrücke an der Alster (ca. 18:30 Uhr). Nicht bei Dauerregen!

Hamburger Radrunde, Etappe 3

★ ★ Sa., 28. April, 46 km, Start: 10:40 Uhr, U-Ochsenzoll, Ltg.: Reimer Mohr
Dritte Etappe der Hamburger Radrunde: Ab Ochsenzoll durch Norderstedt nach Wilstedt, Waken-dorf II, auf der alten Bahntrasse an den alten Alsterkanal und entlang der Alster bis zur U-Ohlstedt (ca. 17 Uhr). Straßen, Sand- und Feldwege. Pausen, Einkehr geplant.

Auf und ab durch Stormarn

★ ★ ★ So., 29. April, 120 km, Start: 09:30 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Carsten Stein
Durch die hügelige Stormarner Schweiz führt die Tour über Kloster Nütschau und Heilshoop (Badestelle) meist auf schmalen, ruhigen Dorfstraßen zum Elbe-Lübeck-Kanal. Nach einer Café-Einkehr radeln wir zum Startpunkt zurück. Ende 18 Uhr. Überwiegend Asphalt, längere Pausen, Café-Einkehr.

Mai

Frühling an der Oberalster

★ Di., 01. Mai, 35 km, Start: 10:00 Uhr, S-Hoheneichen (Lift), Ltg.: Peter Meyer
Durch das Alstertal fahren wir am Torhaus Wellingsbüttel vorbei zum Kupferteich und zum Wittmoor. Nach der Rundfahrt durch den Brook geht es entlang der Oberalster zur S-Poppenbüttel, wo die Tour gegen 16 Uhr endet. Sandwege, evtl. Einkehr.

Möllner Museen und Badespaß

★ ★ Di., 01. Mai, 70 km, Start: 11:00 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Andreas Arendt
Durch das Linauer Moor (Pause) fahren wir in die Eulenspiegelstadt. Dort 1,5 Stunden Aufenthalt zur individuellen Verfügung. Auf dem Rückweg Badepause am Nusser See. Rückkehr ca. 18:00 Uhr. Ggf. Extrakosten Eintritt Heimat- und Eulenspiegelmuseum ca. 2 EUR.

Architektur-Natur-Tour I von Harvestehude nach Niendorf (und zurück)

★ Mi., 02. Mai, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Anleger Alte Rabenstraße (StadtRAD-Station 2213), Ltg.: Jürgen Vieth
Von den Villen des 19. Jahrhunderts an der Außenalster führt diese Radtour auf Radwegen entlang kleiner Gewässer durch Schrebergartenkolonien zum Niendorfer Gehege. Unterwegs mehrere Stopps für Erklärungen, Entdeckungen von Barock bis Bauhaus im Grünen! Etwas schneller zurück über Bönningstedt und Hasloh (bis ca. 17 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Rennradtour durch die Vierlande

★ ★ ★ ★ Fr., 04. Mai, 50 km bis 60 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Rainer Marien
Zum Hauptdeich, schnelle Fahrt zum Geesthang, bergauf mit bis zu 12% Steigung und über Zollenspieker zurück zum Start (ca. 21 Uhr). Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht.

Auf ins Alte Land

★ So., 06. Mai, 20 km bis 25 km, Start: 11:00 Uhr, S-Blankenese, Ltg.: Anton Wocken
Gemütliche Radtour durch die Obstblüte. Von Cranz über Jork (evtl. Café-Garten / Grillen) nach Lühe. Ende gegen 18 Uhr in Wedel. Einkehr am Ende. Extrakosten für zwei Fähren.

Kurz oder lang, die 88-er Tour

★ ★ So., 06. Mai, 88 km, Start: 10:30 Uhr, Fähranleger Finkenwerder, Ltg.: Edmund Fahnenbruck
Eine flotte Tour von Finkenwerder entlang der Elbe und durchs Alte Land nach Stade. Über Buxtehude zurück nach Neugraben (ca. 18:30 Uhr). Auf dem Rückweg sind mehrere S-Bahn-Stationen erreichbar, eine individuelle Verkürzung der Tour ist daher möglich. Wechselnder Fahrbahnbelag, ca. eine Stunde Pause in Stade. GPS-Track über gps@hamburg.adfc.de erhältlich.

Wulfsmühlentour

★ ★ ★ Di., 08. Mai, 45 km, Start: 18:00 Uhr, U-Hagenbecks Tierpark (Giraffe), Ltg.: Andrea Clodius
Durchs Niendorfer Gehege nach Schnell-

sen und über Seitenstraßen zur Wulfsmühle. Über Borstel- Hohenraden zurück nach Niendorf (Tibarg). Ende ca. 20 Uhr. Feierabendtour, nicht bei Regen, bitte mit Helm.

Architektur-Natur-Tour II von Altona nach Rissen (und zurück)

★ Mi., 09. Mai, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Altonaer Rathaus (Haupteingang), Ltg.: Jürgen Vieth
Mit vielen Stopps und Erklärungen führt die Tour auf Nebenstraßen und durch Parks von Altona nach Rissen in den Sven-Simon-Park. Wir entdecken historisch interessante Bäume und Gebäude von Barock bis Bauhaus. Etwas schneller zurück auf dem Elberadweg (bis ca. 17:30 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Natur und Kultur in Vierlanden

★ ★ Mi., 09. Mai, 40 km, Start: 13:00 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Gerd Nissen
Wir fahren auf wenig befahrenen Straßen und guten Radwanderwegen durch die Natur der Vierlande, vorbei an vielen Sehenswürdigkeiten; Erläuterungen unterwegs. Wir besichtigen die Altengammer Kirche. Ende in Bergedorf gegen 18 Uhr. Einkehr geplant.

Selbstbewusst und sicher Radfahren

★ Do., 10. Mai, 12 km, Start: 18:30 Uhr, Kirchenallee / Lange Reihe (StadtRAD-Station 2542), Ltg.: Merja Spott
Wenn man die Regeln kennt, die Gefahren abschätzen kann und sich ruhige Schleichwege sucht, macht das alltägliche Radfahren in der Großstadt mehr Spaß und ist sicherer. Dies erleben und erproben wir bei dieser Tour im Gebiet rund um die Außenalster. Die Tour endet wieder in St. Georg gegen 20:30 Uhr. Feierabendtour

Friedhofsrüh und Alsterrauschen

★ Fr., 11. Mai, 15 km, Start: 18:30 Uhr, U-Habichtstraße, Ltg.: Birte Segger
Über den Ohlsdorfer Friedhof und durch das Alstertal geht es zum Stadtpark (Saarlandstraße), wo die Tour gegen 20 Uhr endet. Feierabendtour, nicht bei Dauerregen!

Rennradtour durch die Vierlande

★ ★ ★ ★ Fr., 11. Mai, 45 km bis 65 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Matthias Schumacher
Von sportlichem Ehrgeiz getrieben düsen wir auf ruhigen Straßen durch die Vierlande, mal auf den Deichen, mal neben den Deichen von Elbe, Dove oder Gose Elbe. Die zu fahrende Distanz machen wir wetter- und launeabhängig. Kurze Pause am Fähranleger Zollenspieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht, nicht bei Regen.

Hamburger Radrunde, Etappe 4

★ ★ Sa., 12. Mai, 54 km, Start: 10:30 Uhr, U-Ahrensburg West, Ltg.: Reimer Mohr
Vierte Etappe der Hamburger Radrunde: Ab Ahrensburg nach Bargtheide, über Tremsbüttel nach Lasbek, auf der ehemaligen Bahntrasse südwärts nach Trittau und schließlich durch den Sachsenwald zur S-Aumühle (ca. 18 Uhr). Straßen, Sand- und Feldwege. Pausen, Einkehr geplant.

Saumüchelseeburgkauhansdorf-Tour

*** Sa., 12. Mai, 140 km, Start: 10:00 Uhr, S-Aumühle, Ltg.: Adrian Brauer Vom Sachsenwald aus gelangen wir bei Büchen an die Landesgrenze SH-MV und folgen ihr bis zum Schaalsee. Nach Pause am Pipersee weiter über Lankau zum Endpunkt Großhansdorf ca. 20 Uhr. Einige unbefestigte Wegstrecken. Einkehr gegen Ende.

Zickzackkurs durch die Elbmarsch

** So., 13. Mai, 70 km, Start: 10:30 Uhr, S-Wedel, Ltg.: Hans-Jürgen Heinatz Durch die Wedeler Au, am Butterbargsmoor und den Holmer Sandbergen vorbei. Über Haseldorf zum S-Bhf. Pinneberg (50 km). Weiter an der Pinnau entlang über Borstel, Wulfsmühle und Ohmoor. Die Tour endet gegen 17 Uhr am U-Bhf. Niendorf Nord. Keine Einkehr.

Lauenburg-Runde

*** So., 13. Mai, 120 km, Start: 10:00 Uhr, S-Rothenburgsort, Ltg.: Morten Himmel Durch die Vier- und Marschlande geht es über die Dörfer der Hohen Geest nach Lauenburg. Nach Überquerung der Elbe fahren wir auf der südlichen Elbseite via Geesthacht zum Ausgangspunkt zurück (ca. 16 Uhr). 100% Asphalt.

Auf den Spuren der NS-Verbrechen vom Grindel nach Rahlstedt (und zurück)

* Mi., 16. Mai, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Edmund-Siemers-Allee (Uni-Hauptgebäude), Ltg.: Jürgen Vieth Vom Platz der jüdischen Deportierten führt der Weg - mit mehreren Stopps für Erklärungen - durch das Grindelviertel zu den Villen der ehem. NS-Gauleitung und SS-Führung an der Alster. Von dort auf Radwegen entlang Alster und Wandse zum ehem. Euthanasiestandort Friedrichsberg, zur ehem. Synagoge Wandsbek und zum ehem. KZ-Außenlager Drägerwerk. Etwas schneller zurück an Wandse und Alster (bis ca. 17 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Gemütliche Radtour Ohlsdorf

* Do., 17. Mai, 15 km bis 20 km, Start: 11:00 Uhr, U-Ohlsdorf (Friedhof), Ltg.: Anton Wocken Um den größten Parkfriedhof der Welt in seiner ganzen Größe und Schönheit zu erfahren, steigen wir aufs Rad. Wir sehen alte Kapellen, Mausoleen, Themenfriedhöfe, Paargrabstätten, Schmetterlingsgärten u.a. und erleben die Rhododendrenblüte. Mit Erklärungen unterwegs. Dauer ca. 3-4 Std. Kaffeepause und Einkehr möglich.

Vatertag auf zwei Rädern

*** Do., 17. Mai, 120 km, Start: 10:00 Uhr, Bhf. Rahlstedt (Fußgängerzone), Ltg.: Christian Scholz Von Rahlstedt aus geht es durch das hügelige Ostholstein an die Wakenitz. Nach einer Einkehr fahren wir zurück Richtung Großhansdorf (ca. 19 Uhr). Wechselnde Fahrbeläge.

Auf Schleichwegen durch die Win-

sener Marsch

** Fr., 18. Mai, 47 km, Start: 13:00 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Gerd Nissen Durch die Vierlande gelangen wir zur Elbbrücke Geesthacht. Ab hier folgen wir erst festen Feldwegen quer durch die Winsener Marsch, dann der Ilmenau nach Hoopte. Wir setzen zum Zollenspieker über und kehren zurück nach Bergedorf (ca. 18 Uhr). Überwiegend Asphaltstrecke oder befestigte Radwege, mit Einkehr. Extrakosten Elbfähre.

Rennradtour durch die Vierlande

***** Fr., 18. Mai, 50 km bis 65 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Peter Bresemann In »Reihe«, »Windkante« oder »Kreisel« durch die Vierlande zum Elbe-Hauptdeich und den Umständen angepasst über Fahrensdorf (Geesthang) oder direkt über Zollenspieker (jeweils mit kurzer Pause) zurück zum Ausgangspunkt (gegen 21:15 Uhr). Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht, nicht bei Regen.

Raps-Radel-Runde

** Sa., 19. Mai, 50 km, Start: 11:00 Uhr, U-Berne, Ltg.: Evelyn Anders Von Berne durch das Tunnelal, Meilsdorf und Siek und weiter auf dem Radwanderweg zum Bhf. Bad Oldesloe gegen 17 Uhr. Unterwegs bleibt viel Zeit zum Fotografieren und Raps-Riechen. Wir legen mindestens zwei Picknickpausen ein. Bitte Verpflegung mitbringen. Nicht bei Regen. Rückfahrt per Bahn ab OD in Eigenregie auf eigene Kosten.

Zur Eulenspiegelstadt Mölln

** Sa., 19. Mai, 70 km, Start: 12:00 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Dietmar Palme Der Hin- und Rückweg geht über Lütjensee, Grönwohld und Linau. Die Südstrecke führt uns über Hohenfelde, Koberg, Borstorf und Bälau nach Mölln. Dort geben wir uns eine Stunde Zeit, um Cafés und Eisdielen heimzusuchen. So geht es frisch gestärkt hoch nach Lankau (70 m N.N.), dann wieder hinab zum Kanal, dann wieder hinauf über Panten, Nusse, Ritzerau, Sirksfelde zum Ausgangspunkt Großhansdorf (ca. 19 Uhr), wo wir uns mit einem Eisbecher belohnen können.

Dem Himmel(moor) so nah

*** Sa., 19. Mai, 65 km, Start: 14:00 Uhr, U/S-Ohlsdorf (Ausgang Im grünen Grunde), Ltg.: Hauke Fleischer Wir radeln auf verkehrsarmen Wegen von Ohlsdorf nach Quickborn zum Himmelmoor. Auf dem Rückweg folgen wir teilweise dem Ochsenweg und fahren über Bönningstedt zurück zum Ausgangspunkt (ca. 18 Uhr). Nicht bei Dauerregen. Ggf. Einkehr in der Wulfsmühle.

Hansetur

*** Sa., 19. Mai, 145 km, Start: 08:35 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Adrian Brauer Vom Pariner Berg herab auf Lübecks Türme zu blicken ist eine echte Alternative zur stressigen Stadtquerung. Ab Travemünde verläuft die Tour dann langsamer, aber hügeliger an der Ostseeküste bis Wismar (gegen 19 Uhr). Vielleicht bleibt Zeit für einen Stadtbummel.

Zurück per Bahn in Eigenregie. Z.T. unbef. Wegstrecken, keine Rennrad-Tour. Keine Einkehr unterwegs – bitte Verpflegung mitnehmen. Extrakosten Priwall-Fähre und Bahn (z.B. SH- oder MV-Ticket)

Zur Alsterquelle

** So., 20. Mai, 60 km, Start: 10:00 Uhr, S-Hoheneichen (Lift), Ltg.: Peter Meyer Wir folgen dem Wanderweg zur Alsterquelle. Über die EBO-Trasse erreichen wir die Alster wieder und folgen ihr bis zum S-Bhf. Poppenbüttel, wo die Tour gegen 17 Uhr endet. Waldwege mit Wurzeln, evtl. Einkehr.

Von Wandsbek über'n Höltigbaum

** So., 20. Mai, 50 km, Start: 10:00 Uhr, U-Wandsbek Markt (Christuskirche), Ltg.: Michael Gallasch Wir fahren flott an der Wandse entlang zum Naturschutzgebiet Höltigbaum. Weiter durch das Stellmoorer Tunnelal am Rande Ahrensburgs vorbei nach Volksdorf. Entlang der Teichwiesen nach Poppenbüttel, dann längs der Alster zum Ohlsdorfer Friedhof, wo die Tour gegen 16 Uhr endet. Teils enge, schlechte Wege, schlammig nach Regenfällen. Keine Einkehr. Nicht bei Regen.

Icecream - You Scream!

** So., 20. Mai, 40 km, Start: 14:00 Uhr, U-Volksdorf, Ltg.: Karsten Kiy Am Bahndamm der U1 entlang fahren wir nach Ohlstedt. Von einem leckeren Eis erfrischt geht es weiter durch den Wohldorfer Wald nach Duvenstedt. Wir durchqueren anschließend das Wittmoor, bevor wir - der Saselbek folgend - unser Ziel in Volksdorf gegen 16:30 Uhr erreichen. Vorwiegend Waldwege. Einkehr in Eisdielen auf Wunsch.

Architektur-Natur-Tour III Vierlande

* Mi., 23. Mai, 45 km, Start: 11:00 Uhr, S-Rothenburgsort, Ltg.: Jürgen Vieth Vom klassizistischen Wasserturm in Rothenburgsort bis zum Renaissanceschloss in Bergedorf oder umgekehrt (je nach Windrichtung) fahren wir auf verkehrsarmen Straßen und Radwegen entlang von Naturschutzgebieten und historischen Gebäuden durch die Vierlande. Ende in Bergedorf bzw. Rothenburgsort (ca. 18 Uhr). Nicht bei Dauerregen. Einkehr. Treffpunkt auf dem Bahnsteig. Ggf. Extrakosten HVV.

Schlösser und Herrenhäuser

* Fr., 25. Mai, 50 km, Start: 12:00 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Rainer Torsch Diese Rundtour führt an Schlössern und Gutshäusern vorbei - im Osten bis Friedrichsruh, im Norden bis Heinrichshof und über Gutshaus Glinde zurück nach Bergedorf (ca. 18 Uhr). Einkehr.

Rennradtour durch die Vierlande

***** Fr., 25. Mai, 40 km bis 60 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Sönke Meyer Mit sehr sportlichem Tempo sausen wir auf Asphaltstraßen durch die Vierlande, entlang von Elbe, Dove oder Gose Elbe. Je nach Stimmung und Wetter ist die Tour kürzer oder länger. Kurze Pause am Zollenspieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, nicht bei Regen.

Juni

Autofreie Wohnprojekte in Hamburg

★ Fr., 01. Juni, 18 km, Start: 18:30 Uhr, U-Saarlandstraße, Ltg.: Birte Segger Bislang gibt es zwei autofreie Wohnprojekte in Hamburg: an der Saarlandstraße und die Klimaschutzsiedlung in Klein-Borstel. Beiden wollen wir einen Besuch abstatten und erhalten jeweils eine halbstündige Führung vor Ort. Nach Klein-Borstel über den Ohlsdorfer Friedhof, zurück an der Alster zum Stadtpark (Saarlandstraße, ca. 21 Uhr). Feierabendtour, nicht bei Dauerregen!

Hamburg Flughafens

★ ★ Fr., 01. Juni, 25 km, Start: 18:30 Uhr, U-Hagendeel, Ltg.: Joachim Sack Wir fahren durch das Niendorfer Gehege zum Flughafen und umfahren diesen auf einer Teilstrecke. Anschließend geht es zum Eppendorfer Moor, wo wir eine Pause einlegen. Zum Abschluss radeln wir zum U-Bhf. Lutterothstraße, wo die Tour gegen 21 Uhr endet. Feierabendtour, nicht bei Regen.

Rennradtour durch die Vierlande

★ ★ ★ Fr., 01. Juni, 40 km bis 60 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Frank Neumann Je nach Windrichtung fahren wir am Deich entlang oder kreuz und quer durch die Vierlande. Kleine Pause am Zollenspieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen.

Höltigbaum

★ Sa., 02. Juni, 40 km, Start: 14:00 Uhr, U-Wandsbek Markt (Christuskirche), Ltg.: Birte Segger Auf dem Wandseradweg fahren wir nach Rahlstedt und weiter zum NSG Höltigbaum. Hier erwartet uns Natur pur, schlechte Wege nehmen wir dafür in Kauf. Picknick im Stellmoorer Tunneltal. Ende im Stadtpark (Saarlandstraße) gegen 18:30 Uhr. Nicht bei Dauerregen!

Nach Cuxhaven (Hinfahrt)

★ ★ ★ Sa., 02. Juni, 126 km, Start: 09:00 Uhr, Fähranleger Finkenwerder, Ltg.: Bernd Everding, Rolf Marzock Wir fahren über Jork, Stade, Himmelpforten, Hemmoor, Wingst und Otterndorf nach Cuxhaven und gucken auf die Nordsee (ca. 19 Uhr). Sandige Bergwaldstrecke bei der Wingst. Rückfahrt per Bahn in Eigenregie auf eigene Kosten (Metronom).

Harburger Berge

★ ★ So., 03. Juni, 50 km, Start: 10:00 Uhr, S-Harburg (Ausgang Neuländer Platz), Ltg.: Hans-Jürgen Heinatz Zuerst ist die Strecke noch flach, dann wird es bergig. Auf Sand- und Feldwegen fahren wir durch den Wald am Ihlenberg und die Harburger Berge. Dabei kommen wir durch Jehrden, Emmendorf, Eddelsen, Nenndorf, Stukenwald und die Schwarzen Berge. Die Tour endet gegen 15 Uhr in Neugraben. Einige schlechte Wege, breite Reifen empfehlenswert. Keine Einkehr.

Von Wandsbek über'n Höltigbaum nach Poppenbüttel

★ ★ ★ So., 03. Juni, 70 km, Start: 10:00 Uhr, U-Wandsbek Markt (Christuskirche), Ltg.: Michael Gallasch Wir fahren sehr flott an der Wandse entlang zum Naturschutzgebiet Höltigbaum. Weiter durch das Stellmoorer Tunneltal zur Burg Arnesvelde. Am Breitenbeker Teich vorbei gelangen wir zum Duvenstedter Brook. Von dort weiter zum Kupferteich und längs der Alster zum Ohlsdorfer Friedhof, wo die Tour gegen 16 Uhr endet. Teils enge, schlechte Wege, schlammig nach Regenfällen. Keine Einkehr. Nicht bei Regen.

Von Cuxhaven (Rückfahrt) - Route durchs Hadelner Land

★ ★ ★ So., 03. Juni, 120 km, Start: 10:00 Uhr, Bhf. Cuxhaven (Vorplatz), Ltg.: Reimer Mohr Vom Bahnhof kurz an die Nordsee, dann heimwärts durchs Hadelner Land, über die Heide, durchs Moor und über Bremervörde nach Horneburg. Einige Sand- u. Feldwege. Pausen und Einkehr geplant. Treffpunkt für selbstorganisierte Bahnfahrt (Extrakosten): HH-Hbf. (Eingang Kirchenallee/Wandelhalle) 7:45 Uhr für Abfahrt 8:07 Uhr (NDS-Ticket, Metronom), Info: (01 51) 56 99 52 71.

Wulfsmühlentour

★ ★ ★ Di., 05. Juni, 45 km, Start: 18:00 Uhr, U-Hagenbecks Tierpark (Giraffe), Ltg.: Andrea Clodius Durchs Niendorfer Gehege nach Schnelsen und über Seitenstraßen zur Wulfsmühle. Über Borstel- Hohenraden zurück nach Niendorf (Tibarg). Ende ca. 20 Uhr. Feierabendtour, nicht bei Regen, bitte mit Helm.

Rennradtour durch die Vierlande

★ ★ ★ Fr., 08. Juni, 45 km bis 65 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Matthias Schumacher Von sportlichem Ehrgeiz getrieben düsen wir auf ruhigen Straßen durch die Vierlande, mal auf den Deichen, mal neben den Deichen von Elbe, Dove oder Gose Elbe. Die zu fahrende Distanz machen wir wetter- und launeabhängig. Kurze Pause am Fähranleger Zollenspieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, nicht bei Regen.

Zum Schleswig-Holstein-Tag in Norderstedt

★ Sa., 09. Juni, 40 km, Start: 13:00 Uhr, U-Habichtstraße, Ltg.: Birte Segger Der S-H-Tag findet dieses Jahr in Norderstedt statt, also ganz in der Nähe! Ein Grund, das bunte Treiben auf dem Gelände der Landesgartenschau mitzuerleben. Uns erwarten neben dem ADFC-Infostand viele Stände von Vereinen und Verbänden aus ganz Schleswig-Holstein und hoffentlich gute Unterhaltung. Hinfahrt: Seebek – Ohlsdorfer Friedhof – Susebek – Raakmoor. Rückfahrt: Entlang der Tarpenbek und auf Nebenstraßen zum Stadtpark (Saarlandstraße) bis ca. 19 Uhr. Nicht bei Dauerregen! Zwei Stunden Aufenthalt in Norderstedt. Eintritt frei, Infos unter www.shtag.de. Rückfahrt auch in Eigenregie möglich.

Selbstbewusst und sicher Radfahren

★ Sa., 09. Juni, 12 km, Start: 14:00 Uhr, Kirchenallee / Lange Reihe (StadtRAD-Station 2542), Ltg.: Merja Spott Wenn man die Regeln kennt, die Gefahren abschätzen kann und sich ruhige Schleichwege sucht, macht das alltägliche Radfahren in der Großstadt mehr Spaß und ist sicherer. Dies erleben und erproben wir bei dieser Tour im Gebiet rund um die Außenalster. Die Tour endet wieder in St. Georg gegen 16 Uhr.

Kiel-Probstei-Rundfahrt

★ ★ Sa., 09. Juni, 75 km, Start: 08:00 Uhr, HH-Hbf. (Eingang Kirchenallee/Wandelhalle), Ltg.: Reimer Mohr Schnelle 2-er Tour. Anfahrt mit der Bahn nach Kiel. Radfahrt an der Kieler Förde zur Ostsee, ein Blick auf einige Herrenhäuser, den Selenter See und den Dobersdorfer See. Rückfahrt an der Schwentine bis Kiel. Per Bahn nach HH-Hbf. (ca. 20 Uhr). Straßen, Sand- und Feldwege. Pausen, Einkehr geplant. Bahnfahrt in Eigenregie auf eigene Kosten (SH-Ticket 8:20 Uhr), Info: (01 51) 56 99 52 71.



AOK-Tour: Etwas Altes Land mit einer Prise Harburger Berge

★ ★ Sa., 09. Juni, 50 km, Start: 10:00 Uhr, Fähranleger Finkenwerder, Ltg.: Stefan Kayser Auf dieser Tour bringen Sie Ihr Herz- und Kreislaufsystem in Fahrt. Wir beginnen entspannt auf gut ausgebauten ebenen Asphaltwegen, steigern an der »Dritten Meile« den Puls auf unbefestigten Wegen, erklimmen hinter Neu Wulmstorf den ersten Anstieg und legen uns bei Schwiederstorf richtig ins Zeug: Unterwegs lernen Sie Ihre Belastungsgrenzen kennen und finden Ihren individuellen, effektiven und gesunden Trainingstakt. Die AOK Hamburg unterstützt Sie dabei und stellt EKG-genaue Messgeräte zur Verfügung. Bei einer kurzen Zwischenrast erwartet Sie das AOK-Team und sorgt für ausreichende Flüssigkeitszufuhr und einen kleinen fruchtigen Imbiss. Ziel ist gegen 16 Uhr S-Harburg. Für AOK-Versicherte und ADFC-Mitglieder ist die Tour kostenfrei.

AOK-Tour: Kloster und Kalkgrube

★ ★ So., 10. Juni, 60 km, Start: 10:00 Uhr, S-Rissen, Ltg.: Stefan Kayser Auf kleinen Straßen abseits des Autoverkehrs fahren wir durch flache Topographie bis Uetersen, wo uns im Klosterhof ein AOK-Team mit Getränken und Tipps erwartet, wie ein gezieltes Aufwärm- und Abkühlprogramm Verletzungen oder Verspannungen vorbeugen kann. Es gibt Tipps zur körpergerechten Einstellung von Lenker- und Sattelhöhe. Eine weitere kurze Rast nutzt das AOK-Team an der Liether Kalkgrube, um für

ausreichende Flüssigkeitszufuhr und einen kleinen fruchtigen Imbiss zu sorgen. Rückkehr gegen 17 Uhr.

Für AOK-Versicherte und ADFC-Mitglieder ist die Tour kostenfrei.

Auf dem Ochsenweg zur Rantzauer Schlossinsel

★★ So., 10. Juni, 80 km, Start: 10:30 Uhr, S-Wedel, Ltg.: Günter Radden, Michael Pieper Von Wedel aus fahren wir auf den Spuren des historischen Ochsenweges über Uetersen und Elmshorn nach Barmstedt und über das Arboretum und Pinneberg zurück nach Wedel (ca. 18 Uhr). Wir legen Kaffeepausen beim alten Uetersener Kloster, auf der Rantzauer Schlossinsel (1 h) und beim Arboretum ein. Bei gutem Wetter besteht die Gelegenheit zum Baden im Rantzauer See. Teilweise feste Feldwege.

Hellbachtal

★★★ So., 10. Juni, 110 km, Start: 09:30 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Carsten Stein Auf Feld- und Waldwegen radeln wir über Gülzow ins Herzogtum Lauenburg. Dem Elbe-Lübeck-Kanal folgen wir in Richtung Mölln ins Hellbachtal zum Baden. Via Nusse fahren wir dann zum U-Bhf. Großhansdorf (ca. 18 Uhr). 25% Sandwege, Café-Einkehr in Hohenfelde.

Rennradtour durch die Vierlande

★★★★ Fr., 15. Juni, 40 km bis 60 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Sönke Meyer Mit sehr sportlichem Tempo sausen wir auf Asphaltstraßen durch die Vierlande, entlang von Elbe, Dove oder Gose Elbe. Je nach Stimmung und Wetter ist die Tour kürzer oder länger. Kurze Pause am Zollenspieker. Rückkehr ca. 21 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, nicht bei Regen.

Nach Glückstadt

★★ Sa., 16. Juni, 85 km, Start: 10:00 Uhr, S-Wedel, Ltg.: Rolf Marzock Am Elbdeich entlang radeln wir in flotten Tempo nach Glückstadt. Vielleicht stärken wir uns bereits auf dem Hinweg mit einem Fischbrötchen in Kollmar. Nach einer längeren Pause bei Matjes oder Eis in Glückstadt kehren wir durch die Haseldorfer Marsch, die Holmer Sandberge und den Klövensteen zurück nach Hamburg. Tourende ist gegen 18 Uhr in Blankenese. Wechselnde Beläge, Einkehr in Glückstadt, Extrakosten Fähre ca. 1 EUR.

Drei Moore

★★ Sa., 16. Juni, 42 km, Start: 12:00 Uhr, U-Langenhorn Markt (Parkhaus), Ltg.: Dagmar Knop, Hauke Fleischer Die Tour führt uns durch das Raakmoor am Hummelsee vorbei ins angrenzende Wittmoor. Nach einer Pause fahren wir nach Duvenstedt und umrunden den Brook. Zurück geht es durch das Alstertal am Kupferteich entlang zum Ausgangspunkt (ca. 17 Uhr). Einkehr.

Nach Uelzen

★★★ Sa., 16. Juni, 90 km, Start: 10:00 Uhr, S-Harburg (Neuländer Platz), Ltg.: Dietmar Palme Über Winsen, Lüneburg, Bienenbüttel, Bad

Bevensen wagen wir uns bis nach Uelzen (ca. 17 Uhr). Dort können wir den Kaffeenumsatz steigern. Rückfahrt per Bahn in Eigenregie auf eigene Kosten.

Fahrradsternfahrt 2012

★★ So., 17. Juni, unterschiedliche Längen, viele Startorte »Rad fahren – Klima schützen!« Aus allen Himmelsrichtungen, von rund 60 Startpunkten, führen die Routen in die Innenstadt zur Abschlusskundgebung. Ein Strahl der Sternfahrt führt über die Köhlbrandbrücke und abgesperrte Autobahnabschnitte. Also rauf auf Rad und ab zur Demo.

www.fahrradsternfahrt.info

Unterelbe

★★ So., 17. Juni, 70 km, Start: 10:30 Uhr, S-Wedel, Ltg.: Andreas Arendt, Hans-Jürgen Heinatz Wir folgen dem Elbe-Radweg bis zur Fähre Glückstadt-Wischhafen. In Krautsand Bade- und Kaffeepause. Durch das Kehdinger Moor gelangen gegen 18 Uhr zum S-Bhf. Stade. Extrakosten Elbfähre ca. 3,50 EUR.

Tea-Time in Lübeck

★★★ So., 17. Juni, 120 km, Start: 10:00 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Christian Scholz Von Großhansdorf aus geht es durch das hügelige Stormarn nach Lübeck. Mit Kurs West-Süd/West kehren wir zum Ausgangspunkt gegen 19 Uhr zurück. Wechselnde Fahrbahnbeläge, Einkehr.

Auf den Spuren der NS-Verbrechen vom Grindel nach Rahlstedt (und zurück)

★ Mi., 20. Juni, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Edmund-Siemers-Allee (Uni-Hauptgebäude), Ltg.: Jürgen Vieth Vom Platz der jüdischen Deportierten führt der Weg – mit mehreren Stopps für Erklärungen – durch das Grindelviertel zu den Villen der ehem. NS-Gauleitung und SS-Führung an der Alster. Von dort auf Radwegen entlang Alster und Wandse zum ehem. Euthanasiestandort Friedrichsberg, zur ehem. Synagoge Wandsbek und zum ehem. KZ-Außenlager Drägerwerk. Etwas schneller zurück an Wandse und Alster (bis ca. 17 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Kaffeetrinken im Sachsenwald

★ Fr., 22. Juni, 50 km, Start: 12:00 Uhr, S-Bergedorf (Ausgang Lohbrügge), Ltg.: Rainer Torsch Wir fahren über Reinbek an der Westseite des Sachsenwaldes und überqueren mehrmals die Bille. Zurück über Glinde und Lohbrügge nach Bergedorf gegen 18 Uhr. Einkehr.

Rennradtour durch die Vierlande

★★★★ Fr., 22. Juni, 60 km bis 75 km, Start:

18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Katrin Steinbach Durch die Vierlande zum Geesthang bei Fahrenndorf, evtl. oben eine kleine Runde und über Zollenspieker oder Tatenberg zurück. Es ist lange hell, das wird ausgenutzt. Rückkehr gegen 22 Uhr. Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht, nicht bei Regen.

Zur Ostsee zum Baden – wunderbar!

★★ Sa., 23. Juni, 80 km, Start: 09:40 Uhr, U-Großhansdorf, Ltg.: Wolfgang Heckelmann Über die Dörfer zur Ostsee, vielleicht die Standardstrecke über Parin (Bismarckblick) nach Niendorf oder Travemünde. Ankunft gegen 16 Uhr. Rückfahrt problemlos per Bahn, z.B. mit dem SH-Ticket. Züge fahren stündlich! Schwitzhügel, Badezeug mitnehmen. Rückfahrt per Bahn in Eigenregie auf eigene Kosten.

Architektur-Natur-Tour III Vierlande

★ Mi., 27. Juni, 45 km, Start: 11:00 Uhr, S-Rothenburgsort, Ltg.: Jürgen Vieth Vom klassizistischen Wasserturm in Rothenburgsort bis zum Renaissanceschloss in Bergedorf oder umgekehrt (je nach Windrichtung) fahren wir auf verkehrsarmen

Straßen und Radwegen entlang von Naturschutzgebieten und historischen Gebäuden durch die Vierlande. Ende in Bergedorf bzw. Rothenburgsort (ca. 18 Uhr). Nicht bei Dauerregen. Einkehr. Treffpunkt auf dem Bahnsteig. Ggf. Extrakosten HVV.

Rennradtour durch die Vierlande

★★★★ Fr., 29. Juni, 50 km bis 65 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Peter Bresemann In »Reihe«, »Windkante« oder »Kreisel« durch die Vierlande zum Elbe-Hauptdeich und den Umständen angepasst über Fahrenndorf (Geesthang) oder direkt über Zollenspieker (jeweils mit kurzer Pause) zurück zum Ausgangspunkt (gegen 21:15 Uhr). Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, nicht bei Regen.

Öjendorfer See, Boberger See, Eichbaumsee

★ Sa., 30. Juni, 35 km, Start: 14:00 Uhr, Bhf.-Wandsbek/R10 (hinter der Unterführung), Ltg.: Birte Segger Auf Schleichwegen fahren wir vorbei am Öjendorfer See zum Boberger See, wo wir ausgiebig baden und picknicken. Wasserscheue können zwischenzeitlich den Segelfluggplatz umrunden und beim Kiosk dort Kaffee trinken. Danach fahren wir entlang der Bille zum Eichbaumsee und längs der Dove Elbe über Rothenburgsort zum Ziel Berliner Tor (ca. 19 Uhr) bzw. weiter nach Barmbek. Nicht bei Dauerregen! Bade-pause.



Juli

Durch Hannovers Grün

★ ★ So., 01. Juli, 45 km, Start: 07:30 Uhr, HH-Hbf. (Eingang Kirchenallee/Wandelhalle), Ltg.: Wolfgang Bahll Am Maschsee entlang radeln wir durch die Leineauen zum Park der Sinne (ehem. Expo-Projekt). Über das Gelände der Expo 2000 geht es zum Kronsberg, von dort zur Schleuse Anderten. Durch den Tiergarten, den Löns-Park und die Eilenriede erreichen wir wieder den Maschsee und schließlich den Hbf. Hannover. Ankunft gegen 20 Uhr am Hbf. Hamburg. Überwiegend Parkwege. Einkehr. Bahnfahrt in Eigenregie auf eigene Kosten (NDS-Ticket 7:56 Uhr).

Zur Luhequelle

★ ★ ★ So., 01. Juli, 130 km, Start: 10:00 Uhr, S-Harburg (Ausgang Neuländer Platz), Ltg.: Morten Himmel Parallel zur Luhe fahren wir über Winsen und Amelinghausen zu deren Quelle in der Lüneburger Heide bei Bispingen. Über Egestorf und Hanstedt geht es via Stelle nach Harburg zurück (ca. 18 Uhr). Nur befestigte Wege.

Architektur-Natur-Tour I von Harvestehude nach Niendorf (und zurück)

★ Mi., 04. Juli, 40 km, Start: 11:00 Uhr, Anleger Alte Rabenstraße (StadtRAD-Station 2213), Ltg.: Jürgen Vieth Von den Villen des 19. Jahrhunderts an der Außenalster führt diese Radtour auf Radwegen entlang kleiner Gewässer durch Schrebergartenkolonien zum Niendorfer Gehege. Unterwegs mehrere Stopps für Erklärungen, Entdeckungen von Barock bis Bauhaus im Grünen! Etwas schneller zurück über Bönningstedt und Hasloh (bis ca. 17 Uhr). Nicht bei Dauerregen, mit Einkehr. HVV als Option für den Rückweg.

Renntour durch die Vierlande

★ ★ ★ ★ Fr., 06. Juli, 50 km bis 65 km, Start: 18:45 Uhr, S-Mittlerer Landweg, Ltg.: Peter Bresemann In »Reihe«, »Windkante« oder »Kreisel« durch die Vierlande zum Elbe-Hauptdeich und den Umständen angepasst über Fahrendorf (Geesthang) oder direkt über Zollenspieker (jeweils mit kurzer Pause) zurück zum Ausgangspunkt (gegen 21:45 Uhr). Feierabendtour, nur Asphalt, Helm empfohlen, bitte mit Licht, nicht bei Regen.

Das Radtourenprogramm bis Februar 2012 finden Sie in der RadCity 3/2012, die ab 09. Juni verteilt wird.

Impressum RTP

Herausgeber Radtourenprogramm:

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club, Landesverband Hamburg e.V., Koppel 34–36, 20099 Hamburg
 Redaktion: redaktion@hamburg.adfc.de
 Adrian Brauer, Christian Scholz, Stefan Kayser (V. i. S. d. P.),
 Layout und Foto: Ulf Dietze
 Erscheinungsweise: Das ADFC-Radtourenprogramm erscheint gedruckt in der RadCity des ADFC Hamburg.

Bitte einsenden an **ADFC e. V.**, Postfach 10 77 47, 28077 Bremen
oder per Fax 0421/346 29 50

Anschrift:

Name

Vorname

Geburtsjahr

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Beruf

- Ja**, ich trete dem **ADFC** bei und bekomme die Radwelt. Mein Jahresbeitrag unterstützt die Fahrrad-Lobby in Deutschland und Europa. Im **ADFC-Tourenportal** erhalte ich Freikilometer.

Einzelmitglied 46 €

Familien- / Haushaltsmitglied 58 €

Zusätzliche jährliche Spende

€

Anmerkungen

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

- Ich erteile dem **ADFC** hiermit eine **Einzugsermächtigung** bis auf Widerruf:

Kontoinhaber

Kontonummer

Bankleitzahl

Datum/Ort

- Schicken Sie mir eine Rechnung.

Datum

Unterschrift

Service

Das Radtourenprogramm gibt es auch im Internet. Dort haben sie tolle Suchfunktionen und die Möglichkeit zum iCal-Abo oder Download als PDF-Datei.

<http://www.hamburg.adfc.de/termine/>

Radtouren benachbarter ADFC-Verbände:

<http://www.hamburg.adfc.de/freizeit/radtouren/>

Viel Spaß wünschen die Aktiven des ADFC Hamburg.